



DIARIO DI BORDO

SCAMBIAMOCI IL TEMPO

Una banca del tempo per promuovere iniziative che favoriscano lo scambio tra le persone, di servizi, saperi, abilità, senza alcuna intermediazione monetaria.



SCAMBIAMOCI IL TEMPO

UNA BANCA DEL TEMPO PER CONDIVIDERE
SAPERI, COMPETENZE ABILITÀ

Diario di bordo

Progetto finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali e Regione Lazio Assessorato Politiche Sociali, Welfare e Enti Locali Direzione Regionale Per L'inclusione Sociale Area Welfare Di Comunità e Innovazione Sociale "Comunità solidali 2020" sostegno a progetti di rilevanza locale promossi da organizzazioni di volontariato, associazioni di promozione sociale e fondazioni del Terzo settore In collaborazione con il Comune di Santa Marinella.

CUP F51B20001220008.

INDICE



Il Progetto

4

A chi è rivolto

6

Gli obiettivi

8

Modello d'intervento

10

Scambi di Saperi, Incontri e Passeggiate

14

Grazia Deledda a Santa Marinella

21

La nascita di Santa Marinella odierna

23

Shodo la scrittura artistica giapponese
e il Sumi la pittura ad inchiostro

25

Consigli di lettura

27

Alcune attività di Alma Gaia APS partner di progetto

29

La storia degli abiti d'epoca

31

Le passeggiate per le vie di Santa Marinella

33

Consigli di cucina, sapori e odori di casa

35

Knitsanta

37

Presentazione del libro: La notte dei bambini

39

Chi siamo

40

Credits

41



Il Progetto



Una banca del tempo per promuovere iniziative che favoriscano lo scambio di attività e di servizi senza alcuna intermediazione monetaria.

Ogni persona può essere il soggetto del dare e del ricevere in un rapporto di reciprocità e solidarietà. Il progetto intende favorire e organizzare uno scambio tra le persone, di saperi, competenze, abilità.

Attività previste:

● ● ● Passeggiate.

Sostegno allo studio. ● ● ●

● ● ● Utilizzo di pc e smartphone.

Attività fisica. ● ● ●

● ● ● Lettura.

Incontri autobiografici. ● ● ●

● ● ● Bricolage.

Incontri su tecniche di gestione dello stress e dell'ansia nei giovani. ● ● ●

● ● ● Giornate divulgative sulle filosofie dell'antica Cina con teoria ed esercizi di pratica.



A chi è rivolto



A chi intendeva scambiare
il proprio tempo. ● ● ●

● ● ● A chi voleva offrire abilità,
saperi e conoscenze.

A chi ha sempre avuto voglia
di imparare e di mettersi in gioco. ● ● ●

● ● ● A chi ha praticato
la gentilezza.

A chi ascolta. ● ● ●

Al progetto ha potuto partecipare tutta la cittadinanza giovani
e meno giovani, donne e uomini del territorio.

È stato possibile partecipare dal mese di aprile 2022 al 10 gen-
naio 2023.



Gli obiettivi



Favorire la socializzazione
e lo scambio generazionale. ● ● ●

● ● ● Promuovere l'invecchiamento attivo.

Combattere i fenomeni di isolamento sociale. ● ● ●

● ● ● Superare il digital divide.

Attuare il principio della fraternità
e dell'integrazione sociale. ● ● ●

● ● ● Favorire la conciliazione
dei tempi di vita e di lavoro.

Favorire l'inserimento
delle persone svantaggiate. ● ● ●

● ● ● Favorire l'inserimento
e l'inclusione degli stranieri.

Facilitare le relazioni tra le persone attraverso
la valorizzazione delle proprie competenze
e l'organizzazione delle modalità di scambio. ● ● ●

● ● ● Far sentire la reciproca utilità, praticare
la gentilezza, ristabilire la fiducia, nell'ottica
della costruzione di una cittadinanza attiva.



Modello d'intervento

L'idea di avviare la Costituzione di una Banca del Tempo e dei Saperi a Santa Marinella, nasce per contribuire a dare una risposta ai bisogni della cittadinanza nel periodo post pandemico e per superare le forme di isolamento sociale dovute alla crisi sanitaria.

Facendo leva sul senso civico di solidarietà e la voglia di partecipazione che è emersa da più parti, l'intervento è stato incentrato sulla valorizzazione degli individui e sulla cultura dello scambio. Attraverso lo scambio di saperi, competenze e attività, in modo totalmente gratuito, i destinatari hanno potuto mettere a disposizione tempo utile da spendere per se stessi e per l'intera comunità. In questo modo si è messo in atto un welfare generativo, che ha contribuito al contrasto delle solitudini involontarie e alla conciliazione tra tempi di vita e di lavoro. Lo scambio del tempo tra le persone sviluppa e promuove nuovi valori, consente di misurarsi con un utilizzo del tempo a cui non siamo generalmente abituati, ma parte dall'idea che è possibile uno scambio paritario fondato sul fatto che gli individui siano portatori di bisogni, ma soprattutto di risorse e di saperi.

Il progetto si è svolto nel territorio del Comune di Santa Marinella, la durata complessiva è stata di 12 mesi. Le aree prioritarie di intervento sono state:

- Realizzare azioni di responsabilizzazione e di coinvolgimento attivo delle/dei beneficiari finali, al fine di aumentare il rendimento degli interventi attuati a beneficio dell'intera comunità.
- Promozione di relazioni fondate sul principio di uguaglianza sostanziale e di parità di diritti tra uomini e donne tenuto conto della pari dignità e delle differenze di genere.
- Contrasto alle solitudini involontarie specie nella popolazione anziana attraverso iniziative e percorsi di coinvolgimento attivo e partecipato.

Il progetto si è articolato in cinque fasi: preparazione, comunicazione, animazione territoriale, realizzazione, diffusione.

Il Comune di Santa Marinella ha aderito al progetto, facendosi carico di fornire uno spazio pubblico da utilizzare per la segreteria organizzativa, le attività collettive di scambio di saperi e gli incontri individuali con tutti i partecipanti.

Come luogo deputato a ospitare le attività del progetto, è stata individuata la Biblioteca Comunale, con la quale è stata attivata un'attività di collaborazione nella promozione dell'iniziativa.

L'evento di presentazione del progetto si è tenuto il 26 marzo alla Casina Rosa "Stefano Trincia". Alla presenza, tra gli altri, della Consigliera Comunale, delegata alle Pari Opportunità, sono state presentate ed illustrate le finalità, le modalità di attuazione e le attività collettive proposte dal promotore e dal partner di progetto.

Nella fase di sensibilizzazione e promozione è stato attivato un Gruppo Facebook per favorire la comunicazione attraverso i social media. È stato predisposto un numero telefonico dedicato alla segreteria informativa del progetto, è stata attivata una mail dedicata e predisposta la banca dati per raccogliere le disponibilità e le richieste dei partecipanti.

A partire dal mese di aprile, è stato attivato lo sportello operativo presso la Biblioteca Comunale "Capotosti".

Tutti i martedì dalle 15,30 alle 17,30 si sono svolte attività di segreteria e si sono accolte le persone che volevano iscriversi a *Scambiamoci il tempo*.

Nei primi incontri sono stati illustrati gli obiettivi di socializzazione e costruzione di un welfare di comunità che il progetto persegue.

Sono state individuate, insieme alle persone intervenute, le competenze da offrire e i bisogni espressi per costruire un catalogo di offerte e richieste da cui attingere.

Per favorire la conoscenza e successivamente gli scambi individuali, a partire dal mese di maggio si è proceduto con l'organizzazione delle attività collettive, previste dal progetto.

Le attività di gruppo si sono basate sulla condivisione e scambio di saperi e di competenze, individuate e offerte dai partecipanti stessi. Queste attività hanno permesso ai partecipanti di conoscersi direttamente, stabilire un clima di fiducia tra persone che si sono avvicinate al progetto con le stesse finalità.

Oltre allo scambio di saperi, avvenuto direttamente tra i partecipanti, sono state realizzate altre attività collettive, gestite direttamente dal partner Associazione Alma Gaia. In totale si sono svolti 8 incontri teorico-pratici, sul tema della gestione dello stress e dell'ansia tra i giovani, destinati appunto agli adolescenti e 8 incontri teorico-pratici di approfondimento sulle filosofie orientali dell'antica Cina, rivolti ad un pubblico misto.

Sono state svolte diverse attività di sensibilizzazione allo scopo di creare nel territorio, una rete di collaborazione tra soggetti, interessati alle attività progettate.

In particolare sono stati coinvolti gli istituti scolastici, Liceo Scientifico e Linguistico Statale Galileo Galilei di Santa Marinella e l'Istituto Professionale "Lucio Cappannari" di Civitavecchia. Con i ragazzi sono stati realizzati degli incontri sulla cultura dello scambio e della solidarietà.

Hanno partecipato alle attività, inoltre, i Centri Sociali Anziani di Santa Marinella, Circolo over 60 via Saffi e Centro Sociale Anziani di via dei Fiori. È stata attivata una collaborazione con L'Istituto Missionarie Carmelitane.

Il progetto ha collaborato, infine, con la Biblioteca Comunale nella realizzazione delle attività di promozione alla lettura destinate alle scuole.

Gli utenti iscritti alla Banca del Tempo, che hanno partecipato alle attività di scambio di saperi, alle attività collettive organizzate dai partner del progetto e interessati dalle attività di diffusione, sono stati circa 500.



Scambi di Saperi, Incontri ... e Passeggiate

Come previsto dal progetto durante gli incontri presso la Biblioteca Civica "Alessandro Capotosti", di Santa Marinella sono stati organizzati incontri di scambio di saperi collettivi.

Alcuni incontri quali le *"Passeggiate storiche"* e alcune attività nel mese di luglio si sono svolte all'aperto.

Le attività di gruppo si sono basate sulla condivisione e scambio di saperi e di competenze, individuate e offerte dai partecipanti stessi. Gli incontri, generalmente molto partecipati, sono stati un ulteriore momento di socializzazione ed incontro.

Gli argomenti degli incontri sono stati vari, dalla musica, alla letteratura, oltre alla presentazione delle abilità dei singoli partecipanti l'uncinetto, la cucina ecc. e la presentazione di abilità legate al benessere del corpo.

Di seguito l'elenco delle attività realizzate. Ad alcune di esse verranno dedicati a seguire degli approfondimenti.

- La musica della prima metà del "700 Bach, Handel, Vivaldi". Ascolto guidato a cura di Giovanni Visentin (attore, sceneggiatore, regista);
- *"La storia della nascita di Santa Marinella"*. Racconto di Barbara Mantovani (guida turistica);
- una prima *"Passeggiata storica"* con Giada Carboni (scrittrice) lungo via Ulpiano. Alla scoperta della zona di Caccia e Riserva, pertinenza del Castello Odescalchi, la prima ad essere edificata alla fine dell'800 con splendide ville affacciate sulla scogliera;
- per l'argomento *"benessere"*: *"Introduzione alla riflessologia plantare"* a cura di Lucia Caratelli (esperta);
- incontro su *"Grazia Deledda a Santa Marinella"* a cura di Giovanna Caratelli (scrittrice). La permanenza della grande scrittrice a Villa Ossani, in via Punico, in cui ai primi del '900 si ritrovava un cenacolo intellettuale al femminile;
- presso il Circolo Over 60 di via Saffi Giovanni Visentin ha tenuto un altro ascolto guidato sul tema: *"La musica barocca e Antonio Vivaldi"*;

- *"Il paesaggio e il patrimonio verde di Santa Marinella"*. È stato presentato da Gianfilippo Lucatello (agronomo);
- una seconda *"Passeggiata storica"* accompagnati da Giada Carboni (scrittrice) dedicata al lungomare, dagli hotel Le Palme e Le Naiadi, al Bambin Gesù, stazione climatica di cura fin dagli inizi del '900;
- *"Consigli di cucina, sapori e odori di casa"*. La memoria dei cibi che ognuna si porta dietro fin dall'infanzia;
- invito alla lettura e alla scrittura con Maristella Lippolis (scrittrice). Una passione condivisa da molte per ritrovare un tempo e uno spazio per sé;
- *"Solstizio d'estate"*, Emanuela Biscarini di Alma Gaia APS e Stefania Fadda di Crasform APS hanno illustrato l'origine e le tradizioni della festività del solstizio utilizzando un cesto di essenze erbacee e fiori con cui realizzare l'acqua di San Giovanni;
- *"Lavori all'uncinetto e macramè"*. Consigli, dimostrazioni, laboratorio a cura di alcune iscritte alla nostra banca del tempo;
- *"Pratica di Dharma Yoga"* presso la spiaggia pubblica adiacente alla Passeggiata. Yole Veltri (insegnante);
- *"Reading"* con i racconti delle blogger di Mille Piroette: con Nerina Piras, Monica di Folco, Maria Carmela Brandi;
- terza *"Passeggiata storica"* sul lungomare con Giada Carboni (Scrittrice) dal Cavalluccio Marino al Villino Emanuele di via Garibaldi;
- *"Laboratorio di racconto e scrittura autobiografica"*. Le partecipanti sono state motivate a raccontare e se volevano a scrivere i propri ricordi legati a momenti significativi della vita personale e lavorativa. A cura di Alessandra de Luca e Alida Castelli;
- *"Shodo la scrittura artistica giapponese e il Sumi la pittura a inchiostro"*, Yoko Kawabata maestra che ha mostrato l'arte della calligrafia giapponese Shodo e la pittura ad inchiostro;
- benessere con il *"Metodo Feldenkrais"* a cura di Paola Cavallini (esperta).

Adatto a qualsiasi tipo di persona, senza limiti di età il Metodo offre la possibilità di superare automatismi e cattive abitudini posturali e di poter scegliere nuovi modi di muoversi nelle azioni quotidiane;

- *"Storia dell'abito femminile"* dal Medioevo al Novecento a cura di Teresa Venuto Riccardi attraverso la presentazione dei costumi da lei ideati e realizzati. Presentati da Giovanna Caratelli;
- le attività di *"Knitsanta"* gruppo di persone che si riunisce per lavorare a maglia in luoghi pubblici. Fare la maglia come occasione per un momento di sostegno e condivisione.
- pratica del *"Sahaja Yoga"* a cura di Paola Cavallini che ha introdotto la Shri Mataji Nirmala Devi;
- presentazione del libro *"L'ultimo approdo di Caravaggio"* con l'autore Marco Milani;
- presentazione del libro *"La notte dei bambini"* con l'autrice Maristella Lippolis.

INCONTRI E **PASSEGGIATE**



... SCAMBI
DI SAPERI,



Grazia Deledda a Santa Marinella ● ● ●

Nella ricorrenza dei 150 anni della nascita della grande scrittrice sarda si è tenuta una conferenza a cura della professoressa Giovanna Caratelli presso la Biblioteca di Santa Marinella, nell'ambito del progetto *Scambiamoci il Tempo*.

Grazia Deledda ha infatti un legame speciale con la cittadina balneare in quanto fu ripetutamente ospite di un'altra grande intellettuale dell'epoca la giornalista Olga Ossani e spesso soggiornava nella sua villa di Santa Marinella. Presso la casa della Ossani e di Luigi Lodi, suo marito, si riunivano infatti molti scrittori e intellettuali del primo Novecento quali Gabriele D'Annunzio, Luigi Pirandello, Matilde Serao, Eleonora Duse, Maria Montessori, Trilussa e molti altri.

Si intrecciano dunque, in questi incontri, una serie di relazioni intellettuali, amicali e amorose da cui nascono poi delle opere estremamente interessanti come la trasposizione teatrale del romanzo della Deledda *L'Edera* con la collaborazione di Camillo Antona Traversi o la riduzione cinematografica di *Cenere*, ispirato ad una vicenda realmente accaduta a Matilde Serao, unica interpretazione cinematografica di Eleonora Duse o il romanzo *Il Marito* con il quale Pirandello ironizzava sul consorte della stessa Deledda.

E ancora: l'amicizia con Maria Montessori da cui nacque l'idea del Primo Congresso Nazionale delle Donne Italiane che fu proprio inaugurato da Grazia Maria Deledda e Maria Montessori. L'esposizione della professoressa Caratelli è stata arricchita dalla proiezione di una serie di illustrazioni e dalla presentazione di documenti audio e video che sono stati molto apprezzati dai numerosi partecipanti.



La nascita di Santa Marinella odierna ● ● ●

Uno dei primi incontri per lo scambio di saperi è avvenuto con la partecipazione di Barbara Mantovani guida turistica. L'esperta oltre ad altre nozioni storiche si è concentrata sulla nascita della cittadina balneare tra la fine '800 e i primi '900.

Agli Odescalchi si deve la nascita del primo nucleo della cittadina di Santa Marinella, in una veste molto simile a quella che noi conosciamo oggi. Il principe Baldassarre Odescalchi, infatti, consapevole delle potenzialità di questo luogo, decise che la Tenuta, di circa 550 ettari, divenuta di sua proprietà il 12 dicembre 1887, sarebbe stata trasformata in una lottizzazione privata, da destinare all'alta borghesia romana.

Al momento dell'acquisto, oltre al castello, all'interno della Tenuta esistevano pochissimi edifici: la chiesetta, ancora esistente; l'osteria, trasformata poi dal marchese Sacchetti in un villino residenziale; le abitazioni modeste dei braccianti, in prossimità del castello. Con l'aiuto dell'architetto Raffaele Ogetti, l'Odescalchi elaborò un vero e proprio piano di lottizzazione che si estendeva fino a Capo Linaro, per la costruzione di villini e strade.

Tra i primi villini costruiti, si citano quelli dello stesso Ogetti, del barone Maricola, della nota giornalista romana Olga Ossani Lodi e del fotografo Canè.

Nel 1914 era già stata completata la lottizzazione dell'area compresa tra la vecchia via Aurelia (Lungomare Marconi) e la via Odescalchi. Tra il 1905 e il 1915 venne urbanizzata la zona di "Caccia Riserva", prospiciente il mare, nei pressi dell'attuale Piazza della Libertà, con la costruzione di una serie di villini di prestigio.



Shodo la scrittura artistica giapponese e il Sumi la pittura ad inchiostro ● ● ●

Yoko Kawabata, è Maestra di pittura e calligrafia giapponese. Ha imparato l'arte della calligrafia dalla nonna Kaoru Kawabata a partire dall'età di tre anni. Ha partecipato a numerose gare di shodo in Giappone. Qualificata insegnante di shodo presso la fondazione Nippon shuji Education.

Si firma con il nome d'arte Xiangzhou (giapponese: Kashou) e si dedica all'esplorazione creativa della calligrafia. Vive in Italia dal 1997 ed è coniugata con un italiano.

In una sala affollata e davanti ad un pubblico attento e interessato la Maestra Yoko Kawabata ha eseguito una dimostrazione del metodo di pittura tradizionale giapponese e di calligrafia artistica: l'arte Sumi-e, lo Shodo.

La Maestra Kawabata, interpretando lo spirito dell'incontro, dopo aver svolto una bella presentazione della calligrafia artistica e della pittura con il pennello, ha voluto coinvolgere il pubblico facendo sperimentare agli interessati direttamente come disegnare alcuni semplici ideogrammi e guidandoli nella esecuzione. L'arte Sumi-e, ha spiegato la Maestra Kawabata, viene realizzata utilizzando pochi materiali, semplici ma allo stesso tempo pregiati: uno speciale pennello in grado di trattenere al suo interno diverse gradazioni di nero, il sumi, l'inchiostro, da usarsi in varie diluizioni, e la carta giapponese, ricavata dal gelso o da altre piante simili e caratterizzata da una notevole assorbenza.



Consigli di lettura ● ● ●

I consigli di lettura consegnati nel corso dell'incontro al gruppo *Scambiamoci il tempo*, dalla scrittrice Maristella Lippolis sono stati mirati non solo all'intrattenimento, come è giusto che sia la lettura, ma anche all'approccio a tematiche utili a scavare nel proprio vissuto.

È un'esperienza importante quel "leggere alzando la testa", per fermarsi a riflettere su una frase che in quel momento sembra sia stata scritta proprio per noi. Sono stati di recente ripubblicati tre libri, particolarmente adatti a svolgere questa funzione; l'autrice è Alba de Céspedes, una scrittrice molto importante attiva tra gli anni '50 e '60 e poi ingiustamente dimenticata, come è capitato a molte valide scrittrici di quella generazione.

Si tratta di una raccolta di racconti dal titolo *L'anima degli altri*, casa editrice Cliquot, che mette a nudo i rapporti interpersonali e i casi del destino; e soprattutto due romanzi pubblicati entrambi da Mondadori: *Quaderno proibito* e *Dalla parte di lei*. Quest'ultimo delinea con chirurgica precisione la parabola sentimentale di una giovane donna, il suo ostinato sogno d'amore e la delusione senza rimedio quando questa illusione si scontra con la realtà.

In *Quaderno proibito* la protagonista, Valeria, è una casalinga madre di due figli adolescenti, che un giorno decide di acquistare un quaderno per trascrivere i propri pensieri. Quel quaderno si rivela essere una risorsa per riflettere su di sé ma anche una trappola, perché costringe Valeria a fare i conti con la propria vita, con l'egoismo della famiglia, con la delusione.



Alcune attività di Alma Gaia APS ● ● ●

partner di progetto

La Pratica di alcune discipline che derivano dalla concezione taoista e dall'antica medicina cinese è un percorso interiore attraverso il corpo.

Lavorando sulla postura e sul respiro si può affinare la sensibilità corporea, fino a sentire il flusso dell'energia che scorre al nostro interno (Qi) e imparare a sciogliere le ostruzioni.

Il corpo è la prima porta, da cui è possibile apprendere principi e concetti, che una volta acquisiti fisicamente, possiamo applicare alla nostra quotidianità, nelle relazioni, negli affetti, nel lavoro.

La filosofia base degli interventi:

CHI KUNG - QIGONG - Coltivare la propria Energia

Arte corporea millenaria che affonda le proprie radici nella medicina cinese. La sua Pratica induce a mantenere uno stato di buona salute, unito a una serenità mentale, requisiti fondamentali per un percorso di crescita interiore. Come suggerito dall'ideogramma stesso, il Chi Kung insegna a coltivare il CHI (QI), l'Energia interna secondo la concezione cinese, attraverso esercizi posturali e lo studio della respirazione.

TAI CHI CHUAN - TAIJIQUAN - Lavorare sull'equilibrio dinamico

Disciplina codificata più di mille anni fa, il Tai chi chuan affonda le sue radici nel taoismo. Quest'arte è una filosofia in movimento: i suoi gesti, concatenati in maniera armonica e fluida, rispecchiano i principi dello Yin-Yang. Il muoversi non è mai fine a sé stesso, non è una coreografia, ma è modo per esprimere sé stessi, concentrandosi su ciò che si compie.

Eseguire il gesto è meditare su di sé.

BAO YIN - YOGA TAOISTA - Forza e Elasticità

Antica disciplina cinese finalizzata a rafforzare il corpo, con l'obiettivo di ottenere un equilibrio psicofisico. Forza ed elasticità devono essere sempre collegate in modo complementare, per l'Elasticità serve la Forza, e viceversa.

Un corpo sano, infatti, è un corpo che possiede entrambi i principi.

Gli incontri sono stati aperti a tutti. La pratica si è svolta all'aperto nel parco sede dell'Associazione.

La storia degli abiti d'epoca ● ● ●

di Teresa Venuto Riccardi

Sono stati presentati gli abiti storici realizzati da Teresa Venuto Riccardi. Una carrellata di bellissimi vestiti, realizzati interamente, dalla progettazione alla messa in opera, da Teresa Venuto Riccardi che ha coinvolto il pubblico attento e interessato.

Gli indumenti indossati dalle donne testimoniano la cultura e lo status stesso della figura femminile nel corso del tempo.

Da sempre l'abbigliamento fornisce sicurezza e pone in relazione il nostro essere con il modo di apparire in funzione dei valori e degli ideali che ci caratterizzano e che ci legano al nostro ruolo nella società così attraverso il gotico medievale si è passati ai fastosi abiti del rinascimento e del '700 francese, fino ad arrivare al '900 con tutte le sue sfaccettature.

A conclusione sono stati illustrati anche alcuni abiti realizzati con pitture ad olio di alcuni scorci di Santa Marinella. Teresa Venuto Riccardi, nota nel comprensorio per la sua attività di sfilate, mostre e corsi di costumista teatrale e di sartoria, è anche autrice di una pubblicazione contenente tutti i dettagli tecnici necessari alla realizzazione dell'abito consultabile anche on-line. Alcuni dei suoi bellissimi costumi sono attualmente in esposizione presso il Castello di Santa Severa.

L'Associazione Crasform promotrice dell'iniziativa *Scambiamoci il Tempo* ha ringraziato la professoressa Caratelli che ha introdotto gli abiti con una breve presentazione storica, e Teresa Venuto Riccardi per la bellissima esposizione.



Le passeggiate per le vie di Santa Marinella

a cura di Giada Carboni ● ● ●

Durante le passeggiate storiche per le vie di Santa Marinella Giada Carboni ci ha raccontato le vicende che coinvolsero alcuni villini poco conosciuti ai più e descritti nel libro della stessa scrittrice dal titolo "La villa al mare. Edilizia minore di Santa Marinella" (PAV Edizioni, 2022).

Nel quartiere Caccia Riserva furono meritevoli di menzione il Villino Jesi, realizzato nel 1915 dall'architetto Marcello Piacentini su commissione del mecenate d'arte, d'origine ebraica, Emilio Jesi; il Villino Spezziani, appartenuto dal 1916 ad un certo Angelo, produttore di mais; la Pensione Regina, dove si incontravano anche Benito Mussolini e Claretta Petacci (la cui famiglia aveva un villino sul lungomare); il Villino Slocovich che, rispetto al Villino del 1937 delle sorelle Genesi, produttrici cinematografiche dell'epoca, può essere considerato primo esempio di architettura razionalista realizzata nel 1934 a Santa Marinella. Infine, il Villino Marincola, costruito dall'architetto Raffaele Ojetti su commissione del barone Evelino, passato alla storia come ragioniere della famiglia Odescalchi, finanziatore del progetto dell'acquedotto di Santa Marinella, fondatore di società per la salvaguardia del pescato locale e organizzatore di regate.

Nella Piazza Innocenzo XI (Odescalchi) avrebbe dovuto prendere posto un progetto, mai realizzato allora, relativo ad un Monumento ai Caduti e commissionato nel 1928 all'ingegnere Luigi Federico Babini su un lotto di terreno espropriato dal Comune e di proprietà di Livio Boni, musicista della famiglia Savoia.

Sul lungomare Marconi la passeggiata si è svolta menzionando la storia della nomenclatura della strada e del toponimo Capolinaro, proveniente dalle Acquae Apollinare. Tra le ville storiche degne di nota di fronte alle quali ci si è soffermati: il Villino Boni, oggi Hotel Le Najadi; il Villino Jolanda, che prende il nome dalla figlia del re sabaudo; il Villino Pacelli, ovvero del Papa Pio XII; ed infine, il Villino dell'archiatra pontificio Pietro Valdoni.

Consigli di cucina, sapori e odori di casa ● ● ●

Le ricette del cuore raccontate dalle nostre amiche.

Le lumache.

Nella cucina locale il tradizionale piatto di San Giovanni si prepara, dopo la dovuta spurgatura e bollitura, con aglio, pomodoro, peperoncino, mentuccia e vino bianco. Mentre in Lombardia, nel cremonese, la ricetta è accompagnata da aglio, olio, burro, pomodoro, spinaci e talvolta per arricchire da uova e parmigiano.

I marubini.

Sempre da Cremona i "Marubini", della signora Anna: tortellini ripieni di un composto di carne di maiale, pollo, prosciutto, mortadella, uovo e parmigiano. Si fanno preferibilmente in brodo di gallina. Si preparano in gran numero per Natale e si conservano congelati per ogni occasione.

Il brodo di pesce.

Tante le ricette di brodo di pesce a confronto. "Dipende dal pesce che si trova" così in Adriatico il piatto è diverso da quello del Tirreno. Ma certamente sempre gustoso.

La torta di pane

Per chiudere un ricordo della torta di pane del ristorante "I cacciatori" della signora Liliana. Pane raffermo bagnato con il latte, zucchero, uova, cannella e uvetta e poi tutto al forno.

Tortelli di zucca di Cremona.

Mettete la fetta di zucca in forno finché non diventa morbida. Schiacciatela e unite gli amaretti sbriciolati, grana padano, noce moscata, sale e pepe. Tirate la sfoglia, un uovo un etto di farina.

Dividetela in rettangoli, mettete al centro l'impasto, chiudete a triangolo. Condire con burro, salvia e grana padano.



Knitsanta ● ● ●

L'idea di condividere l'arte del lavoro a maglia prende le mosse dalla riscoperta di una pratica antica quando le donne si riunivano tra loro per ricamare o creare capi di maglieria.

Tutti ricordano le anziane del paese sedute all'uscio di casa intente a sferruzzare. Nella riscoperta di questa antica arte le persone si trovano in un parco durante la bella stagione o in un bar accogliente mentre si sorseggia un tè o un caffè.

Questa utile abilità non si dimentica mai. Per lo più si apprende da piccole seguendo le madri, le nonne o le zie e si riscopre in seguito da grandi. All'inizio i punti sono più facili, si migliora nel corso del tempo fino a raggiungere piccoli capolavori.

A detta di chi la pratica si tratta di un'attività terapeutica tipicamente femminile. Ci si riunisce, si parla, si confrontano i lavori, ci si dà uno stesso progetto che ognuna realizza per sé senza alcuna competizione, solo per il piacere di farlo e mostrarlo alle amiche. Si tratta di un passatempo rilassante che può giovare all'autostima. Riscoprire la capacità creativa, essere orgogliose di avere creato un capo utile e caldo, il piacere di farne un regalo. Inoltre con l'avvento dei ferri circolari meno ingombranti di quelli tradizionali questa arte si può esercitare in qualsiasi luogo, in treno, in una sala d'attesa o dove si vuole. In questo modo ci si astrae da situazioni noiose o stressanti, si esercita la pazienza e l'attenzione.



Presentazione del libro: La notte dei bambini ● ● ●

Uno degli ultimi incontri collettivi è stato dedicato alla presentazione del libro di Maristella Lippolis, "La notte dei bambini" ed Vallecchi (FI).

La storia si svolge in un tempo imprecisato del futuro, in una città costruita per sostituire quel che rimane della vecchia capitale: una Roma ormai irriconoscibile e semi distrutta dalle guerre regionali, dalle epidemie e dagli effetti dei cambiamenti climatici che ne hanno oscurato il cielo per sempre, saturandolo di veleni e virus.

Un Potere concentrato nelle mani di pochi privilegiati domina con spietatezza su una moltitudine di diseredati condannandoli all'estinzione violenta. Fuori dalla città si estende una zona di foreste dove la vita sta riprendendo il suo corso e la natura, pur nella sua sconvolta asprezza, offre ancora un possibile rifugio.

Nel romanzo ci sono due protagoniste principali che tentano con ogni mezzo di resistere facendo ricorso alle proprie risorse di conoscenza e consapevolezza: Zora dentro la città, che salva vite altrimenti destinate alla cancellazione, Ella fuori dalla città che tenta di ricostruire un rapporto con la natura.

Entrambe mettono in atto strategie di sopravvivenza, credono nella possibilità e nell'alleanza e nella necessità di mettere in salvo l'unica speranza di un futuro diverso: i bambini, che devono sopravvivere; la memoria di quello che è accaduto e come si è giunti a tanto, che servirà a non commettere gli stessi errori che hanno portato alla catastrofe; le antiche conoscenze della natura. Una storia quindi di catastrofi ma anche di salvezze possibili.

L'associazione Crasform APS, fondata nel 1988 promuove lo sviluppo della cultura, della formazione e delle pari opportunità per tutti offrendo strumenti di crescita professionale, economica e sociale. Crede nel valore della formazione per l'esercizio della cittadinanza attiva e per il miglioramento della qualità della vita e del lavoro. Promuove e diffonde le politiche di genere per facilitare l'inserimento e la permanenza delle donne nel mercato del lavoro.

Crasform APS via Napoleone III, 6 - 00185 Roma
Tel. 06 44 70 34 56 | email: crasform@gmail.com

L'associazione Alma Gaia Aps è attiva sul territorio dal 2016, e promuove attività mirate al benessere psico-fisico della persona e allo sviluppo della interiorità, nella convinzione che l'evoluzione del singolo sia il fondamento della evoluzione della società".

Alma Gaia APS Via Portovenere 35a - 00058 Santa Marinella (RM)
Tel. 335 57 79 671 | email: almagaiainfo@gmail.com

Gruppi di lavoro

Per Crasform APS:

Alida Castelli, Alessandra de Luca, Stefania Fadda, Patrizia Scutigliani.

Per Alma Gaia APS:

Emanuela Biscarini, Alessandro Mazzanti, Antonio Solimeno.

Si ringraziano:

Il Sindaco di Santa Marinella Pietro Tidei.

La Consigliera delegata pari opportunità, presidente Consulta delle donne Maura Chegia.

La direttrice della Biblioteca Civica "Capotosti" Cristina Perini e tutti gli operatori della Biblioteca.

Tutte e tutti i partecipanti al nostro progetto e le protagoniste ed i protagonisti degli incontri collettivi. Un ringraziamento particolare a Giovanna Caratelli.

Copertina - foto di: Rawpixel.com - Freepik.com

Pag. 6 - foto di: Garetsvisual - Freepik.com

Pag. 8 - foto di: Stefamerpik - Freepik.com

Pag. 10 - foto di: Freepik - Freepik.com

Pag. 19 - foto di: Rawpixel.com - Freepik.com

Pag. 28 - foto di: Freepik - Freepik.com

Pag. 32 - Rawpixel.com - Freepik.com

Pag. 36 - foto di: Freepik - Freepik.com

Progetto grafico e impaginazione:
Anna Magistrelli

Stampa: Ge.Ri. s.a.s.
Via Farini, 41/43, 00185 Roma

